8.006 Teľacie na smotane
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg , l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
teľacie stehno	6,00	6,00	7,00	7,00	8,00	8,00	9,00	9,00
olej	0,30	0,30	0,50	0,50	0,70	0,70	0,90	0,90
soľ	0,07	0,07	0,09	0,09	0,12	0,12	0,16	0,16
zelenina koreňová	1,50	1,20	2,00	1,60	2,00	1,60	2,50	2,00
cibuľa	0,60	0,51	1,00	0,85	1,30	1,10	1,50	1,27
citróny	0,30	0,12	0,30	0,12	0,40	0,16	0,60	0,24
korenie čierne mleté			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02
mlieko	1,50	1,50	2,00	2,00	2,50	2,50	3,00	3,00
smotana	0,75	0,75	1,00	1,00	1,50	1,50	2,00	2,00
múka hladká	0,25	0,25	0,35	0,35	0,45	0,45	0,60	0,60
hmotnosť porcie v g	103		129		144		171	
hmotnosť mäsa v g	33		39		44		51	
hmotnosť šťavy v g	70		90		100		120	

Receptúra

Výrobný postup

Mäso umyjeme vcelku, osušíme, pokrájame na kusy o hmotnosti cca 1 kg, osolíme a opečieme na časti oleja. Na zvyšnom oleji speníme očistenú, pokrájanú cibuľu, pridáme očistenú postrúhanú koreňovú zeleninu a opražíme. Do hotového základu vložíme mäso, korenie a dusíme pod pokrievkou vo vlastnej šťave. Počas dusenia podlejeme vriacou vodou. Mäkké mäso vyberieme a pokrájame na porcie. Šťavu zahustíme nasucho opraženou hladkou múkou, rozmiešanou v mlieku, v smotane s citrónovou šťavou a povaríme.
Príloha: knedľa, cestoviny, dusená ryža

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	541	130	12,20	6,8	1,8	4,5	0,7	49,7	3,2	0,081	0,1	0,2	5,1	4,3
B	716	172	14,4	9,6	3,1	6,2	0,9	64,6	3,8	0,10	0,1	0,2	6,7	5,1

			9							8				
C	898	216	16,79	12,7	4,3	7,7	1,0	80,0	4,4	0,114	0,1	0,3	7,3	5,8
D	1096	263	19,20	15,9	5,5	9,9	1,3	98,0	5,0	0,143	0,1	0,3	9,2	6,6